

Nasza Siódemka

GAZETKA SZKOLNA

Białe szaleństwo
śnieg, prędkość i adrenalina

Slay", „rel", „cringe"
Język współczesnej młodzieży

Nowa energia w Siódemce
wywiad z P. Martyną Mróz



MARZEC 2026

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 7 IM. WOJSKA POLSKIEGO W KRAKOWIE

Spis treści

03

Od redakcji - słowo do czytelników

Co znajdziecie w numerze?

04

Dlaczego warto wybrać Siódemkę?

Rozmowa z Dyrektorem SP7

08

Więcej niż lekcje

Oferta zajęć w SP7

10

Zdrowie w praktyce

Współpraca Siódemki z CM

10

Titanic

Noc, która zmieniła historię mórz

12

Nowa energia w Siódemce

wywiad z p. Martyną Mróz

14

Droga do... wiosny

zimowo-wiosenna gra planszowa

16

Zima pełna dobra w Siódemce

Podsumowanie działań Klubu Wolontariatu

18

Hejtowi mówimy stop!

Słowa (i czyny) też ranią

20

Odkrywaj świat!

Nauka przez eksperymenty

22

Slay", „rel", „cringe"

Język współczesnej młodzieży

24

Co oni gadają?!

słowniczek język młodzieżowego

25

Świat zaginiony. Wyprawa do PRL

recenzja książki

26

Rozrywka

łamigłówki - rusz głową





Drodzy Czytelnicy!

Oddajemy w Wasze ręce **zimowy i już trochę wiosenny numer** naszej szkolnej gazetki – numer pełen emocji, pasji i tematów, które naprawdę nas poruszają. Zima to nie tylko śnieg i ferie, ale też czas refleksji, inspiracji i nowych wyzwań, zwłaszcza że wiosna na horyzoncie. Dlatego w tym wydaniu każdy znajdzie coś dla siebie.

Sportowe emocje rozgrzeją nas mimo chłodniejszych dni – piszemy o **pasji do narciarstwa** oraz o **Igrzyskach Olimpijskich 2026**, które śledziliśmy z zapartym tchem. Zajrzemy także dalej w świat – aż do **Kanady** – by odkryć jej niezwykły klimat i ciekawostki. Miłośników historii zapraszamy w podróż w czasie **na pokład Titanica** oraz do **realiów PRL-u w recenzji książki**, która pozwala lepiej zrozumieć tamte lata.

W tym numerze przeczytacie również inspirujący **wywiad z panią Martyną Mróz** – nauczycielką, która z pasją rozwija swoje zainteresowania teatralne i udowadnia, że warto pielęgnować talenty. Zastanowimy się, jak skutecznie **uczyć się poprzez eksperymentowanie** i dlaczego taka forma nauki zostaje z nami na dłużej.

Nie zabraknie tematów bliskich naszej codzienności – przyglądamy się zjawisku **hejtu**, także w środowisku szkolnym, oraz pokazujemy, jak wielką moc ma dobro dzięki **działalności Klubu Wolontariatu „Siedmiokąt Pomocy”**. To dowód na to, że w naszej szkole dzieje się naprawdę wiele dobrego.

A dla tych, którzy lubią się sprawdzić – przygotowaliśmy zimowo-wiosenne łamigłówki i **grę planszową**. Będzie też coś lżejszego – artykuł dotyczący **języka młodzieżowego**, dzięki któremu żaden „vibe” ani „cringe” nie będą już tajemnicą.

Mamy nadzieję, że ten numer umili Wam (mamy nadzieję już ostatnie) zimowe dni, zainspiruje do działania i pokaże, jak różnorodna, ciekawa i pełna energii jest społeczność naszej szkoły.

Miłej lektury!

Redakcja „Naszej Siódemki”

Skład Redakcji

redaktorzy:

Borys Limanówka

Juliana Hell

Jakub Jaruga

Jędrzej Kajstura

Jan Kalisz

Antonina Kalicka-Kiecoń

Felicja Kaniewska

Natalia Kowalczyk

Grzegorz Kuligowski-Kundera

Maria Milfort-Mieroszewska

opiekun:

Marta Piwowarczyk-Bożek

Dlaczego warto wybrać Siódemkę?

rozmowa z Dyrektorem SP7



Dzień Otwarty to najlepszy moment, żeby zajrzeć do naszej szkoły i poczuć jej atmosferę. Dlatego pana Dyrektora, grzegorza Mrocza, zapytaliśmy o to, co w „Siódemce” najważniejsze – o wartości, codzienne życie szkoły, wsparcie dla uczniów i plany na przyszłość. Jeśli zastanawiacie się, jak wygląda nauka w SP7 i dlaczego tak wielu uczniów przychodzi tu z uśmiechem – ten wywiad jest właśnie dla Was.

Redakcja Naszej Siódemki: Jakie wartości są najważniejsze w „Siódemce” i jak odzwierciedlają się w codziennym życiu szkoły?

Grzegorz Mroczek: W „Siódemce” wartości nie są jedynie zapisanymi hasłami, ale fundamentem codziennego życia szkoły. To właśnie tutaj młodzi ludzie kształtują swoje postawy, uczą się relacji i budują system wartości, który będzie im towarzyszył przez całe życie. Najważniejszą wartością jest dla mnie **szacunek** – zarówno wobec innych, jak i wobec samego siebie. Przejawia się on w codziennych, pozornie drobnych gestach: w sposobie, w jaki zwracamy się do siebie nawzajem, w **kulturze słowa**, w umiejętności **słuchania drugiej osoby**. Szacunek to także odpowiedzialność za swoje słowa i zachowanie – nie tylko w bezpośrednim kontakcie, ale również w przestrzeni internetowej. To, jak komunikujemy się w sieci, jest dziś równie ważne jak to, jak rozmawiamy twarzą w twarz. Szkoła to miejsce, w którym uczymy się **współpracy, empatii i otwartości**. Dlatego tak istotne jest budowanie atmosfery życzliwości i wzajemnego wsparcia. W „Siódemce” chcemy, aby każdy czuł się bezpiecznie, był wysłuchany i traktowany z godnością.

RNS: Co wyróżnia SP7 na tle innych szkół w Krakowie?

GM: SP7 wyróżnia **uśmiech**, który chcemy widzieć każdego dnia na twarzach uczniów, oraz otwartość na wielokulturowość. Tworzymy szkołę, w której różnorodność jest wartością, a życzliwa atmosfera i wzajemny szacunek budują poczucie wspólnoty.

RNS: Jakie przedmioty i projekty rozwijają zainteresowania uczniów i ich talenty?

GM: Prowadzimy szeroką gamę zajęć rozwijających zainteresowania, od przedmiotów artystycznych, gdzie dzieci uczą się pierwszych chwytów na ukulele po matematyczne, gdzie w praktyce odnajdują liczby w architekturze, sztuce, codziennej rzeczywistości.

RNS: W jaki sposób szkoła wspiera dzieci zdolne i te potrzebujące dodatkowej pomocy edukacyjnej?

GM: W „Siódemce” **wspieramy każdego ucznia** – zarówno tych zdolnych, jak i tych, którzy potrzebują dodatkowej pomocy – poprzez indywidualne podejście, różnorodne formy wsparcia i stymulujące wyzwania. Dzieci zdolne mają możliwość rozwijania swoich umiejętności przez: udział w kółkach przedmiotowych i zajęciach rozwijających pasję, przygotowanie do konkursów i olimpiad z różnych dziedzin, dostęp do zadań i projektów wykraczających poza program szkolny, wsparcie nauczycieli w pogłębianiu zainteresowań. Dzięki takiemu podejściu szkoła tworzy bezpieczne środowisko uczenia się, w którym każdy może czuć, że jego rozwój jest ważny, a sukces – możliwy do osiągnięcia.

RNS: W jaki sposób szkoła wspiera dobre relacje między uczniami? Jakie zajęcia integracyjne, wycieczki lub projekty klasowe pomagają dzieciom w budowaniu poczucia wspólnoty?

GM: Uczniowie mają wiele okazji, by budować poczucie wspólnoty, **integrować się** i poznawać siebie nawzajem poza salą lekcyjną. W ciągu roku szkolnego organizowane są liczne projekty klasowe i zajęcia praktyczne. Dla najmłodszych ważnym wydarzeniem był **bal karnawałowy** dla uczniów klas 1–3, który był okazją do wspólnej zabawy i radości, a dla starszych – **wyjście klas na kręgle**, które sprzyjało integracji i kontaktom w nieformalnej atmosferze. Na stałe wpisaliśmy do planu pracy szkoły **Dzień Integracji**, który jest przestrzenią do lepszego poznawania siebie. Szkoła nie zapomina także o projektach edukacyjno-społecznych, takich jak akcje wolontariackie czy „Ferie z książką”, które zachęcają uczniów do współdziałania i rozwijania zainteresowań.

Dodatkowo, w ramach wyjść poza szkołę uczniowie uczestniczyli w warsztatach architektoniczno-konstrukcyjno-plastycznych, które łączą naukę z kreatywnym działaniem oraz odwiedziły urzędowe instytucje i miejsca edukacyjne, co pozwala im poznawać świat wspólnie i budować relacje w nowych sytuacjach. Takie działania pomagają uczniom nawiązywać bliższe relacje, uczyć się współpracy i poczucia przynależności do społeczności szkolnej.

RNS: Czy uczniowie mają możliwość uczestnictwa w wolontariacie lub projektach społecznych? Jakich?

GM: Tak — uczniowie mają realną możliwość uczestniczenia w wolontariacie i projektach społecznych, a szkolna grupa wolontariatu stanowi ważny element życia szkoły, rozwijając w młodych postawy empatii, solidarności i odpowiedzialności. W szkole działa klub wolontariatu o nazwie **„Siedmiokąt Pomocy”**, który zrzesza uczniów zainteresowanych pomocą innym i działaniem na rzecz społeczności. To przestrzeń, w której uczniowie uczą się, czym jest bezinteresowna pomoc, jak reagować na potrzeby innych oraz jak swoją energię i pomysły przekuć w konkretne działania. Jednym z ostatnich wydarzeń, w których uczniowie uczestniczyli, były **„Targi Wolontariatu i projektów społecznych – Młodzi w działaniu”**. To spotkanie ponad 50 organizacji pozarządowych i instytucji miejskich dało wolontariuszom z „Siedmiokąta Pomocy” szansę poznania wielu form działalności społecznej, nawiązania kontaktów z przedstawicielami organizacji oraz inspiracji do własnych inicjatyw. Podczas targów młodzi mogli zrozumieć, jak wygląda praca wolontariusza oraz jakie działania mogą podjąć lokalnie. W ramach szkolnego wolontariatu uczniowie angażują się także w różne akcje i cele, m.in.:

udział w akcjach charytatywnych i wydarzeniach środowiskowych, które uczą aktywności społecznej i solidarności, projekty pomocowe wewnątrz szkoły i lokalnej społeczności, które rozwijają umiejętność współpracy i odpowiedzialności, działalność na rzecz promowania wartości i idei wolontariatu wśród rówieśników, co wzmacnia świadomość obywatelską.

RNS: Jakie działania szkoły pomagają uczniom dbać o zdrowie psychiczne i emocjonalne? Jakie formy wsparcia oferują psycholog i pedagog szkolny?

GM: Szkoła organizuje godziny wychowawcze oraz warsztaty profilaktyczne, podczas których uczniowie poznają techniki radzenia sobie ze stresem, uczą się asertywności, umiejętności społecznych oraz ochrony przed cyberprzemocą. Dzięki takim działaniom dzieci zyskują praktyczne narzędzia do dbania o swoje zdrowie psychiczne i emocjonalne. W klasie IV uczniowie przez cały rok szkolny mają **„lekcje o emocjach”**, by nauczyć się je rozpoznawać i żyć z nimi na co dzień. Wspierając uczniów, szkoła zapewnia pomoc pedagoga, pedagoga specjalnego i psychologa szkolnego, którzy prowadzą indywidualne konsultacje w zaufanej atmosferze, dostosowane do potrzeb każdego dziecka.

Specjaliści diagnozują obszary wymagające wsparcia – zarówno w nauce, jak i w funkcjonowaniu społecznym. Pedagog i psycholog współpracują również z rodzicami i nauczycielami, dzieląc się obserwacjami, podpowiedziami, jak wspierać dziecko w domu i w szkole, co pozwala na spójne działania wychowawcze.



RNS: Czy szkoła prowadzi programy antyprzemocowe, mediacje rówieśnicze lub zajęcia z asertywności, czy radzenia sobie ze stresem?

GM: W „Siódemce” szkoła aktywnie wspiera bezpieczne i pozytywne relacje wśród uczniów. Dzieci zdobywają praktyczne umiejętności, jak wyrażać swoje potrzeby w sposób spokojny i stanowczy, rozpoznawać emocje swoje i innych oraz reagować na sytuacje konfliktowe w bezpieczny sposób.

Dodatkowo szkoła wprowadza **mediacje rówieśnicze** jako formę rozwiązywania sporów między uczniami. Obecnie jedna z nauczycielek odbywa kurs „Mediacje szkolne”, aby stworzyć w szkole grupy uczniowskich mediatorów. Dzięki temu uczniowie będą mogli sami pomagać rówieśnikom w rozwiązywaniu konfliktów w sposób konstruktywny, ucząc się odpowiedzialności, empatii i pokojowej komunikacji. To działanie wzmacnia poczucie wspólnoty i bezpieczeństwa w całej społeczności szkolnej. Rozpoczęliśmy również realizację projektu „**Stop hejt!**”

RNS: W jaki sposób szkoła współpracuje z rodzicami, aby wspierać rozwój i bezpieczeństwo dzieci?

GM: Kluczową rolę odgrywa tu **Rada Rodziców** – grupa wybranych przedstawicieli wszystkich klas, która współpracuje z dyrekcją i kadrami nauczycielską, zbiera i dyskutuje pomysły rodziców, pomaga w organizowaniu działań szkolnych i wspiera inicjatywy sprzyjające rozwojowi uczniów. Rada Rodziców jest też miejscem konsultacji i dialogu między rodzicami a szkołą, a jej działania są na bieżąco dokumentowane i udostępniane społeczności szkolnej. Szkoła organizuje regularne zebrania z rodzicami, dni otwarte oraz spotkania wychowawców z opiekunami, na których omawiane są postępy uczniów, potrzeby wychowawcze oraz ważne wydarzenia i inicjatywy. Wspólną przestrzenią integracji całej społeczności są **pikniki i imprezy rodzinne**, podczas których rodzice, uczniowie i nauczyciele spotykają się w nieformalnej atmosferze, wzmacniając więzi i wspierając dobrą współpracę. Wychowawcy klas dbają o pedagogizację rodziców, przekazując najważniejsze informacje, a również kształtując pożądane postawy i zachowania. Warto też zaznaczyć, że zespół pomocy psychologicznej – pedagogicznej prowadzi grupę wsparcia i warsztaty **dla rodziców dzieci ze spektrum autyzmu**, które oferują edukację, wymianę doświadczeń i praktyczne porady.

RNS: Jak rodzice angażują się w życie szkoły? Jakie inicjatywy docenia Pan najbardziej we współpracy rodziców ze szkołą?

GM: Rodzice w „Siódemce” angażują się poprzez pracę w Radzie Rodziców, udział w zebraniach, piknikach integracyjnych oraz wsparcie szkolnych projektów i wydarzeń. Najbardziej doceniam ich aktywność w tworzeniu przyjaznej atmosfery, inicjatywy wspierające uczniów i współpracę przy organizacji wydarzeń edukacyjnych i integracyjnych.

RNS: Jakie programy i projekty edukacyjne realizuje SP7 w tym roku szkolnym?

GM: Uczniowie biorą udział w wielu ciekawych programach i projektach edukacyjnych, które wzbogacają naukę i angażują dzieci w różnorodne działania.

- Projekt klasowy „**CLIL Places in London**” – uczniowie klas trzecich poznawali kulturę i architekturę Londynu, tworząc makiety i plakaty najważniejszych miejsc tego miasta. To działanie łączy naukę języka angielskiego z elementami geografii i kultury.
- „**Matematyka w architekturze**” – moduł projektu realizowany przez klasę IIb, podczas którego dzieci odkrywały bryły i kształty geometryczne w przestrzeni architektonicznej oraz tworzyły własne konstrukcje, rozwijając logiczne i przestrzenne myślenie.
- Webinar „**Uwaga HEJT!**” – zajęcia edukacyjne dla klasy Ib poświęcone bezpiecznemu korzystaniu z internetu, rozpoznawaniu hejtu i przemocy w sieci oraz sposobom reagowania w trudnych sytuacjach online.
- Warsztaty architektoniczno-konstrukcyjno-plastyczne „**Budujemy miasto**” – praktyczne zajęcia dla najmłodszych, łączące kreatywność z nauką o przestrzeni i konstrukcji.
- Finał projektu kulturowego „**Misiowa marmolada**” – zajęcia językowe i kulturowe dla klasy 7a, podczas których uczniowie poznawali różne aspekty kultury poprzez wspólne działania i degustację potraw.

Ponadto szkoła realizuje liczne warsztaty edukacyjne, działania czytelnicze, wyjścia tematyczne i projekty klasowe, które wspierają rozwój kreatywności, kompetencji językowych, społecznych i emocjonalnych uczniów w codziennej nauce.

RNS: Czy szkoła wprowadza nowe metody nauczania lub innowacje edukacyjne?

GM: Tak, mają one na celu rozwijanie umiejętności praktycznych, kreatywności i współpracy uczniów. Szkoła stosuje elementy metody **CLIL** (*Content and Language Integrated Learning*), łącząc naukę języka obcego z treściami przedmiotowymi (np. projekty kulturowe i tematyczne). W wielu klasach realizowane są **projekty interdyscyplinarne**, które łączą różne obszary wiedzy — np. język angielski z geografią, matematykę z architekturą czy kreatywne działania plastyczne z nauką logicznego myślenia. Ponadto szkoła wykorzystuje aktywizujące metody pracy, jak warsztaty, zadania projektowe, gry edukacyjne, działania praktyczne i cyfrowe narzędzia wspierające naukę, co rozwija kompetencje XXI wieku. Nacisk kładziony jest nie tylko na przekazywanie wiedzy, ale także na kształtowanie umiejętności samodzielnego myślenia, pracy w grupie i rozwiązywania problemów. Takie innowacyjne podejście sprawia, że uczenie się w SP7 jest atrakcyjne, angażujące i przygotowuje uczniów do wyzwań współczesnego świata.

RNS: Co najbardziej Pana cieszy w pracy z uczniami SP7?

GM: . Cieszę się, gdy widzę zadowolone twarze moich uczniów. Kiedy widzę ich **rozwój**, nie tylko fizyczny, ale coraz większą dojrzałość mam przeświadczenie, że zrobiliśmy co mogliśmy, by wesprzeć naszych uczniów w drodze ku przyszłości.

RNS: Jakie jest Pana marzenie lub cel dla społeczności szkolnej w najbliższych latach?

GM: Moim celem dla społeczności SP7 jest, aby szkoła była miejscem, w którym każdy uczeń czuje się **bezpiecznie**

jest **szanowany i zauważony**, a **różnorodność to źródło inspiracji**, nie podziałów. Marzę, by rozwijać wspólnotę opartą na współpracy, empatii i otwartości, w której uczniowie nie tylko zdobywają wiedzę, ale też uczą się odpowiedzialności, kreatywności i szacunku dla innych kultur i doświadczeń. Chciałbym, aby każdy uczeń mógł odkrywać swoje talenty, aktywnie uczestniczyć w życiu szkoły i czuć dumę z przynależności do takiej społeczności.

RNS: Jakie są Pana plany na najbliższy czas dotyczące rozwoju szkoły, jej modernizacji, zmian, które chce Pan w SP7 wprowadzić?

GM: W najbliższym czasie chcę skupić się na **rozwijaniu infrastruktury i nowoczesnych metod nauczania** w SP7. Planujemy remonty łazienek, które poprawią komfort codziennego funkcjonowania uczniów, a także podejmujemy starania o termomodernizację budynku, by szkoła była bardziej energooszczędna i przyjazna środowisku. Dużą uwagę poświęcamy też przestrzeni na zewnątrz – w planach jest organizacja ogródka przyszkolnego, który stanie się miejscem nauki, relaksu i obserwacji przyrody. Jednocześnie chcemy rozwijać edukację projektową i praktyczną, dając uczniom szansę zdobywania umiejętności przydatnych w XXI wieku – od kreatywnego rozwiązywania problemów, przez pracę zespołową, po praktyczne zastosowanie wiedzy w realnych sytuacjach. Celem tych działań jest, aby SP7 była miejscem nie tylko nowoczesnym i komfortowym, ale też inspirującym, w którym nauka łączy się z doświadczeniem, twórczością i poczuciem wspólnoty.



Więcej niż lekcje

Oferta zajęć w SP7

Jan Kalisz
kl. 6b



Chodzę do Siódemki już od kilku lat i wiem jedno – to miejsce, w którym po prostu chce się być. Nie tylko na lekcjach. Gdy dzwonek oznajmia ich koniec, szkoła wcale nie pustoszeje. Wręcz przeciwnie – wtedy zaczyna się druga, bardzo ważna część szkolnego życia.

Ruch i kreatywność

Jeśli ktoś ma dużo energii (albo chce ją gdzieś bezpiecznie rozładować), może wybrać zajęcia sportowe. Jest **koszykówka** dla starszych klas – treningi uczą współpracy, kondycji i zasad fair play. Są to zajęcia, które pomagają wzmocnić ciało i zadbać o zdrowie, a przy okazji dobrze się bawić.

Jeśli ktoś lubi scenę, wystąpienia albo po prostu chce przełamać tremę, może zapisać się na **zajęcia teatralne**. To nie tylko aktorstwo – uczymy się improwizacji, pracy głosem, nagrywamy krótkie filmy (np. o ważnych szkolnych sprawach, takich jak hejt), przygotowujemy występy na uroczystości szkolne. Nawet jeśli ktoś na początku się wstydzi – z czasem naprawdę nabiera pewności siebie. Często okazuje się też, że na scenie można odkryć w sobie talent, o którym wcześniej nikt nie miał pojęcia.

Dla tych, którzy wolą pisać niż występować, jest **Koło Młodych Redaktorów**. To właśnie tutaj powstaje gazetka szkolna. Uczymy się, jak pisać artykuły, wywiady i reportaże,

jak wygląda praca redakcji, czym jest etyka wypowiedzi i prawa autorskie. Jest też trochę grafiki i składu tekstu – czyli coś dla tych, którzy lubią działać „od kuchni”. Znajdą tu miejsce również osoby o artystycznej wyobraźni, mogą zrobić zdjęcia do numeru lub stworzyć ilustracje.

Logika i wyobraźnia

Nie wszyscy muszą biegać po boisku – i u nas to też jest OK. Są **zajęcia plastyczne** i **matematyczne łamigłówki** dla młodszych klas, gdzie można rozwijać wyobraźnię, kreatywność albo logiczne myślenie w przyjaznej, bezstresowej atmosferze.

Starszym bardzo podobają się zajęcia, podczas których mogą zagrać w **gry planszowe** – to nie tylko zabawa, ale też nauka strategii, cierpliwości i współpracy. A jeśli ktoś lubi pracę manualną, może zapisać się na **kółko krawieckie**, gdzie szyjemy (ręcznie i na maszynach) zabawki terapeutyczne. To relaks, trochę kreatywność i dużo satysfakcji, gdy widzi się efekt swojej pracy.

Dla tych, którzy chcą mieć wpływ

W naszej szkole działa aktywny **Samorząd Uczniowski**. Co roku są prawdziwe wybory – z kampanią, plakatami, a nawet debatą. Samorząd współorganizuje dyskoteki, akcje tematyczne (jak poczta walentynkowa czy śniadania integracyjne), konkursy i akcje charytatywne. Co ważne – uczniowie mają realny wpływ na to, co dzieje się w szkole. Dzięki budżetowi uczniowskiemu kupiliśmy m.in. mikrofony, książki do biblioteki czy zestawy edukacyjne. To fajne uczucie wiedzieć, że nasze pomysły naprawdę się liczą.

Pomaganie, które ma sens

Jeśli ktoś lubi pomagać innym, może dołączyć do **Klubu Wolontariatu** – „Siedmiokąt Pomocy”. Działamy bardzo aktywnie: bierzemy udział w zbiórkach charytatywnych, akcjach świątecznych, pomagamy osobom potrzebującym, zwierzętom, angażujemy się w wydarzenia miejskie i sportowe. Organizujemy kiermasze, loterie i różne akcje w szkole i poza nią. To miejsce, gdzie naprawdę można poczuć, że robi się coś dobrego – razem z innymi.

Przygoda, przyjaźń i wartości

W naszej szkole działa także **harcerstwo**. Na początku roku zawsze odbywa się **zaciąg harcerski** – osobno dla zuchów (młodsze klasy) i harcerzy (starsze). Zajęcia rozwijają zaradność, kreatywność i umiejętność współpracy w grupie. Bierzemy udział w grach terenowych, zdobywamy sprawności, uczymy się działać w drużynie i poznajemy wartości harcerskie. Spotkania prowadzą doświadczeni druhowie i drużny ze **Szczepu Czarna 13**, którzy dbają o dobrą atmosferę i bezpieczeństwo. To coś więcej niż zajęcia – to przygoda i przyjaźnie na lata.

Wsparcie

W szkole są też zajęcia wyrównawcze, korekcyjno-kompensacyjne, terapeutyczne i rewalidacyjne prowadzone przez specjalistów. **Jeśli ktoś ma trudności – nie zostaje z nimi sam.** To daje poczucie bezpieczeństwa uczniom i rodzicom.

To wszystko sprawia, że szkoła nie jest tylko miejscem nauki z podręczników. Jest przestrzenią, w której można próbować, popełniać błędy, rozwijać się i odkrywać, co naprawdę nas interesuje. Każdy może znaleźć tu coś swojego – scenę, boisko, redakcję, drużynę, salę warsztatową albo po prostu grupę ludzi, z którymi dobrze się rozmawia.



debata wyborcza na przewodniczącego Samorządu Uczniowskiego



wolontariuszki SP7 podczas kwesty na rzecz Hospicjum św. Łazarza



koncert kolęd w wykonaniu członków koła teatralnego

Jeśli więc ktoś pyta, jaka jest nasza szkoła, najprostsza odpowiedź brzmi: to miejsce, w którym uczniowie są ważni, a szkolne życie nie kończy się wraz z ostatnią lekcją. I właśnie dlatego tak wielu z nas zostaje tu z własnej woli – bo szkoła może być czymś więcej niż obowiązkiem.

Zdrowie w praktyce

współpraca Siódemki
z Centrum Młodzieży

Jan Kalisz, kl. 6b



W Szkole Podstawowej nr 7 zdrowy styl życia to nie hasło, ale codzienna praktyka. Dlatego – we współpracy z Centrum Młodzieży – oferujemy bogaty program zajęć dodatkowych, które łączą ruch, zabawę, rozwój i bezpieczeństwo. To propozycje szczególnie atrakcyjne dla klas młodszych, a zarazem ważny sygnał dla rodziców: u nas dzieci rozwijają się harmonijnie.

„Ruch to radość!”

Dla najmłodszych przygotowano **gry i zabawy ruchowe** – zajęcia ogólnorozwojowe, które w naturalny sposób zwiększają sprawność fizyczną, poprawiają koordynację i kondycję oraz przeciwdziałają wadom postawy. Dzieci uczą się współdziałania w grupie, zasad *fair play* i aktywnego spędzania czasu wolnego, a wszystko odbywa się w atmosferze zabawy i radości.

Uczniowie mogą również uczestniczyć w **gimnastyce korekcyjnej**, która łączy elementy ćwiczeń ogólnorozwojowych z profilaktyką zdrowego kręgosłupa. Zajęcia poprawiają równowagę, koncentrację i świadomość własnego ciała, a jednocześnie wzmacniają dobre nawyki ruchowe już na początku szkolnej drogi.

Kolejną propozycją jest **judo** – zajęcia sportowe dla początkujących, prowadzone w przyjaznej i bezpiecznej formie. Treningi rozwijają siłę, sprawność i koordynację, ale także uczą samodyscypliny, szacunku do innych i wiary we własne możliwości. Dla wielu dzieci jest to pierwsze spotkanie ze sportem, które buduje pozytywną relację z ruchem na lata.

Dla starszych uczniów szkoła oferuje również zajęcia na **siłowni**, prowadzone pod opieką nauczyciela. To bezpieczne wprowadzenie do ćwiczeń wzmacniających, nauka prawidłowej techniki oraz kształtowanie odpowiedzialnego podejścia do aktywności fizycznej i zdrowego stylu życia.

Rozwój przez sztukę i myślenie

Zdrowie to nie tylko ciało, ale także emocje, wyobraźnia i umiejętność wyrażania siebie. Dlatego w ofercie znajdują się **zajęcia teatralne**, podczas których dzieci rozwijają kreatywność, ćwiczą dykcję i pracę z głosem, uczą się ruchu scenicznego oraz współpracy w grupie. To przestrzeń, w której uczniowie nabierają pewności siebie, odwagi w wystąpieniach i radości z twórczego działania – bez stresu i bez konieczności wcześniejszego doświadczenia.

Uzupełnieniem oferty są **zajęcia szachowe**, które doskonale wspierają rozwój intelektualny dzieci. Szachy uczą logicznego myślenia, koncentracji, cierpliwości i przewidywania skutków własnych decyzji. To spokojna, a jednocześnie bardzo rozwijająca forma aktywności, szczególnie ceniona przez rodziców i lubiana przez uczniów.

Wspieramy harmonijny rozwój

Bogata oferta zajęć dodatkowych sprawia, że każde dziecko może **znaleźć coś dla siebie** – niezależnie od temperamentu, zainteresowań czy predyspozycji. Oferta zajęć realizowanych w naszej szkole we współpracy z Centrum Młodzieży zmienia się i poszerza. W poprzednich latach dzieci mogły uczestniczyć także w piłce nożnej czy akrobatyce – i niewykluczone, że takie propozycje znów się pojawią. Reagujemy na potrzeby uczniów i ich zainteresowania, dbając o różnorodność i jakość.

Siódemka to miejsce, w którym:

- dbamy o zdrowy rozwój fizyczny i emocjonalny,
- wspieramy talenty i zainteresowania,
- uczymy współpracy, samodzielności i wiary w siebie,
- pomagamy dzieciom dobrze rozpocząć szkolną przygodę.

Ogromnym atutem zajęć prowadzonych we współpracy z **Centrum Młodzieży** jest to, że odbywają się bezpośrednio **na terenie naszej szkoły**. Nie trzeba nigdzie dojeżdżać ani martwić się o dodatkową logistykę – po zakończeniu lekcji uczniowie po prostu zostają w znanym i bezpiecznym miejscu.

Zajęcia prowadzone są w **salach lekcyjnych, auli, sali gimnastycznej** oraz na **boisku szkolnym**, w zależności od ich charakteru. Dzięki temu dzieci mogą płynnie przejść z lekcji na zajęcia dodatkowe, bez pośpiechu i stresu. To szczególnie ważne dla młodszych uczniów i bardzo wygodne dla rodziców.

Zapraszamy przyszłych pierwszoklasistów i ich rodziców – wybierzcie szkołę, w której stawiamy na wszechstronny rozwój. Dla nas zdrowy start naprawdę ma znaczenie!



Szkoła w działaniu

Antonina Kalicka-Kiecoń
kl. 6b

Nasza szkoła to nie tylko lekcje, zeszyty i sprawdziany. To także miejsce, w którym dużo się dzieje – spotykamy się, działamy razem, bawimy się i uczymy rzeczy, których nie zawsze można znaleźć w podręcznikach. W ciągu roku szkolnego odbywa się u nas wiele wydarzeń, które integrują uczniów, promują zdrowy styl życia i sprawiają, że szkoła staje się miejscem przyjaznym i pełnym energii. Oto kilka z nich.



Rowerem do szkoły

Dwa razy w roku odbywa się akcja „**Rowerem do szkoły**” w ramach programu **STARS**. Przez cały miesiąc uczniowie mogą przyjeżdżać do szkoły rowerem, hulajnogą, na rolkach czy wrotkach. Przy portierni wpisują się na listę i zbierają naklejki dla swojej klasy oraz do specjalnych książeczek. Ci, którzy zbierają odpowiednią liczbę dni, mogą wygrać różne nagrody, na przykład bilet do kina Kijów, lampkę do roweru czy odblaskową opaskę. Jednak najważniejsze jest to, że dzięki tej akcji więcej się ruszamy i wybieramy zdrowy sposób dojazdu do szkoły.

W ramach programu organizowane są również **wycieczki rowerowe po Krakowie i okolicach**, a młodsi uczniowie uczestniczą w zajęciach z cykloedukacji – uczą się zasad bezpiecznej jazdy, poznają budowę roweru i dowiadują się, dlaczego warto jeździć na rowerze. W naszej szkole można też zdawać **egzamin na kartę rowerową** – najpierw teoretyczny z przepisów ruchu drogowego, a potem praktyczny.

Dzień Sportu

Raz w roku odbywa się w naszej szkole **Dzień Sportu**. Tego dnia wszyscy ubierają się na sportowo i biorą udział w różnych konkurencjach. Gramy między innymi w ringo, siatkówkę, koszykówkę czy piłkę nożną. Są też konkurencje indywidualne, takie jak skok w dal czy biegi.

Największe emocje zawsze budzi **klasowa sztafeta**, która jest finałem sportowej rywalizacji. Czasem odbywa się też mecz: **nauczyciele kontra uczniowie**.

Wydarzenie organizują nauczyciele wychowania fizycznego, a zawody odbywają się na **Placu na Groblach**. Każda klasa ma swój kolor koszulek, więc od razu widać, kto komu kibicuje. Na koniec najlepsi stają na podium i odbierają medale oraz dyplomy, a uczniowie odnoszący sukcesy sportowe są wyróżniani na forum szkoły.

Pikniki szkolne

Dwa razy w roku odbywają się **rodzinne pikniki szkolne** – zwykle jeden przed świętami Bożego Narodzenia, a drugi wiosną. Podczas pikników organizowane są loterie, gry i zabawy, warsztaty, kiermasze ciast oraz stoiska z produktami przygotowanymi przez klasy, na przykład ozdobami świątecznymi. Można też spróbować różnych smakołyków – na przykład żurku, lemoniady czy domowych ciast. Pikniki odbywają się najczęściej na szkolnym boisku, ale gdy pogoda nie dopisuje, przenoszą się do budynku szkoły. Za ich organizację odpowiada głównie **Rada Rodziców**, ale w przygotowania włącza się cała społeczność szkolna. Każdy piknik ma swój motyw przewodni – były już na przykład piknik dla Ziemi, piknik pod hasłem „Podróże małe i duże” czy piknik mikołajkowy. Zebrane pieniądze przeznaczone są na rozwój szkoły – na przykład ostatnio pomogły sfinansować **stojaki na rowery i hulajnogi** przed budynkiem.



Piknik mikołajkowy w SP7

Tydzień życzliwości

Co roku w listopadzie w naszej szkole odbywa się **Tydzień Życzliwości**, organizowany przez klub wolontariatu i samorząd uczniowski. W tym czasie na korytarzach pojawiają się kartki z miłymi słowami, a przy portierni stoi specjalna tablica, na której każdy może przypiąć karteczkę z dobrym lub motywującym zdaniem. Z tych kartek powstaje później wspólne **szkolne drzewo życzliwości**.

W czasie tego tygodnia można ubierać się na żółto – kolor radości i optymizmu. Uczniowie robią też klasowe zdjęcia z emotkami, przygotowują plakaty promujące życzliwość i pozytywne wartości, a w klasach pojawiają się stoiki z dobrymi słowami. Przed lekcjami można z nich wylosować kartkę z miłym zdaniem na dobry początek dnia.

Śniadania integracyjne

Kilka razy w roku odbywają się również **śniadania integracyjne**. Najczęściej organizowane są na świeżym powietrzu, a gdy pogoda nie pozwala – w budynku szkoły. Uczniowie przynoszą koc i coś do jedzenia dla siebie oraz dla kolegów i koleżanek.

To czas na rozmowy, wspólne spędzanie czasu, czasem także na tańce. Bardzo często takie spotkanie kończy się wspólnym tańcem – oczywiście **belgijką**, którą w naszej szkole zna prawie każdy.

Dzień Integracji

W naszej szkole odbywa się także **Dzień Integracji**. Wtedy zamiast zwykłych lekcji organizowane są różne aktywności, które pomagają uczniom lepiej się poznać i współpracować. Starsi uczniowie pomagają młodszym, a wszyscy razem biorą udział w przygotowanych zadaniach.

Co roku temat dnia jest trochę inny. W tym roku hasłem były **kolory jesieni**. Na każdym piętrze pojawiły się różne stoiska z zadaniami. Uczniowie pisali listy do jesieni, robili ludziki z kasztanów, żołędzi i liści, brali udział w wyścigach z dynią, liczyli jesienne skarby, grali w jesienne memory językowe czy układali bukiety z darów jesieni. Dzięki temu dzień był pełen zabawy i współpracy.



Dzień Integracji w SP7

Jak widać, w naszej szkole naprawdę dużo się dzieje. Oprócz nauki mamy mnóstwo okazji do spotkań, zabawy, ruchu i wspólnego działania. Dzięki temu możemy się lepiej poznać, rozwijać swoje pasje i spędzać czas w przyjaznej atmosferze. Jedno jest pewne – w naszej szkole trudno się nudzić!

DROGA DO

START



WIOSNY



PIERWSZY
MOTYL -
BIEGNIESZ
DWA POŁA DO
PRZODU

35

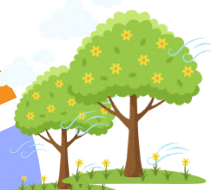
37



38

SŁONKO
ŚWIECI
MOCNIEJ -
IDŹ O 1 POŁE
DO PRZODU

40



META



46

45



44



ZAWIAŁ
WIATR -
PRZESKOCZ
NA POŁE
OBOK

42



48

ZAPATRZYŁEŚ
SIĘ NA
BOCIANA -
TRACISZ
KOLETKĘ

50

52

53

54



55

68

67

Z ŻABKĄ
SKACZESZ
NA METĘ

56

WYKONAJ
10
PRZYSIADÓW

57

59

60

61



WYMIENŲ
5 OZNAK
WIOSNY

63

64

65

BIAŁE SZALEŃSTWO

Zima to idealny moment, żeby wyjść z domu i spróbować czegoś nowego. Dla mnie takim „czymś” jest narciarstwo. To nie tylko sport, ale też przygoda, emocje i mnóstwo śmiechu. Ale zanim przejdę do moich własnych doświadczeń – zacznijmy od początku.

Jakub Jaruga, kl. 6b

ŚNIEG
PRĘDKOŚĆ
ADRENALINA

Krótką historia narciarstwa

Narciarstwo ma naprawdę długą historię. Najstarsze znalezione narty mają około **8000 lat!** Początkowo nie służyły do sportu, lecz do przemieszczania się po śniegu w trudnych, zimowych warunkach.

Z biegiem lat jazda na nartach stała się formą rekreacji, a później także sportem wyczynowym. Dziś na nartach można jeździć w około **80 krajach świata**. Istnieją różne odmiany narciarstwa: **zjazdowe, biegowe, skoki narciarskie** czy **skitouring**.

Znani polscy narciarze

Polska ma wielu znakomitych przedstawicieli różnych dyscyplin narciarskich.

SKOKI NARCIARSKIE

- **Adam Małysz** – legenda polskiego sportu, czterokrotny zdobywca Kryształowej Kuli.
- **Kamil Stoch** – trzykrotny mistrz olimpijski.
- **Dawid Kubacki** – mistrz świata i zwycięzca Turnieju Czterech Skoczni.
- **Piotr Żyła** – mistrz świata, znany z poczucia humoru i widowiskowego stylu.
- **Kacper Tomasiak** – młody reprezentant Polski, który zaprezentował się na ostatnich zimowych igrzyskach młodzieżowych i jest uznawany za duży talent przyszłości.

NARCIARSTWO BIEGOWE

- **Justyna Kowalczyk** – jedna z najwybitniejszych polskich sportswomen w historii. Wielokrotna medalistka olimpijska i mistrzyni świata.
- **Tomasz Sikora** – medalista olimpijski w biathlonie, dyscyplinie łączącej biegi narciarskie ze strzelaniem.

SKITOURING I NARCIARSTWO WYSOKOGÓRSKIE

- **Andrzej Bargiel** – pierwszy człowiek na świecie, który zjechał na nartach z drugiego najwyższego szczytu Ziemi, K2, bez użycia tlenu.

Jak widać, polscy narciarze odnoszą sukcesy w bardzo różnych odmianach tej dyscypliny.



Dlaczego polecam?

Dla mnie narciarstwo to przede wszystkim świetna **zabawa**. Zjazd ze stoku daje ogromną frajdę. To także doskonały **trening** – spalam kalorie, wzmacniam mięśnie nóg i poprawiam kondycję. Regularna jazda wpływa pozytywnie na **zdrowie i odporność**. Narciarstwo to również **nowa umiejętność**. Może kiedyś nawet zdobędę jakąś sprawność harcerską z tym związaną albo... zostanę PRO narciarzem. A tak naprawdę każdy sezon to postęp – lepsza technika, większa pewność siebie. No i nie ukrywajmy – trochę to też *flex*. Fajnie jest powiedzieć, że było się na stoku i pokazać zdjęcia z gór. Najważniejsze jednak jest to, że to **aktywny sposób spędzania zimy!**

Co jest niezbędne?

Istnieje kilka rodzajów nart. **Narty zjazdowe** przeznaczone są do jazdy po stokach. **Biegowe** są lżejsze i służą do poruszania się po płaskim terenie lub łagodnych trasach. **Skitour** pozwala łączyć podejścia pod górę z późniejszym zjazdem.

Odpowiednie wyposażenie jest bardzo ważne – nie tylko dla wygody, ale przede wszystkim dla bezpieczeństwa. Podstawowy sprzęt to: **narty i dobrze ustawione wiązania, buty narciarskie dopasowane do stopy, kask (obowiązkowy!), gogle chroniące oczy, rękawice, spodnie i kurtka narciarska, odzież termiczna**.

Źle dobrany sprzęt może utrudniać jazdę i zwiększać ryzyko kontuzji. Dobrze dopasowane wyposażenie daje komfort i pewność na stoku.

Gdzie warto pojechać?

W POLSCE

- **Karkonosze** – oferują piękne widoki i trasy o różnym poziomie trudności. To dobre miejsce zarówno dla początkujących, jak i bardziej zaawansowanych narciarzy.
- **Nosal w Zakopanem** – to mniejszy stok, idealny do nauki i pierwszych prób na nartach.
- **Jaworzyna Krynicka** – słynie z dobrze przygotowanych tras i nowoczesnej infrastruktury.
- **Białka Tatrzańska** – to jeden z najpopularniejszych ośrodków w Polsce, wiele wyciągów, szerokie stoki i dodatkowe atrakcje sprawiają, że to świetne miejsce na rodzinny wyjazd.

BLISKO... I NIECO DALEJ

Na Słowacji warto odwiedzić **Kubińską Holę** – szerokie trasy i dobre warunki śniegowe przyciągają wielu narciarzy. **Skipark Kálnica** to mniejszy ośrodek, ale bardzo przyjazny dla początkujących.

Na świecie istnieją nawet **zadaszone stoki narciarskie**, tzw. *snow-dome*. Można je znaleźć m.in. w Japonii, Chinach, Korei Południowej, Singapurze czy Zjednoczonych Emiratach Arabskich.

Bezpieczeństwo na stoku

Narciarstwo to sport dający ogromną radość, ale wymaga **odpowiedzialności**. Podczas jednego z wyjazdów na Słowację znalazłem się w sytuacji, która pokazała mi, jak ważna jest ostrożność. Nagle jakaś pani z dziewczynką postanowiły wejść mi prosto pod narty. Zupełnie niespodziewanie i w ostatniej chwili! Z własnego doświadczenia mogę powiedzieć, że narciarzowi takie zachowanie bardzo się nie spodoba. Podsumowując, na stoku trzeba zachować **ostrożność** i przewidywać ruchy innych. Największymi „grzechami” narciarzy są brawura, brak pokory, zmęczenie i źle ustawione wiązania. Kask, rozsądek i **kontrola prędkości** to podstawa bezpiecznej jazdy.

Ciekawostki narciarskie

- **Najstarsze narty świata mają około 8000 lat!**

Znaleziono je w Skandynawii i Rosji. Dawniej narty nie służyły do sportu, ale do... codziennego życia. Ludzie przemieszczali się na nich podczas polowań, podróży i wypraw wojennych.

- **Rekord prędkości na nartach jest szybszy niż samochód w mieście!**

Włoski zawodnik Simone Origone osiągnął zawrotną prędkość 254,95 km/h. Zjazd odbywa się w specjalnym kombinezonie aerodynamicznym, na bardzo stromym stoku i wymaga ogromnej odwagi.

- **Najdłuższe narty świata miały aż 555 metrów!**

To oczywiście rekord pokazowy – nikt na nich nie jeździł w normalny sposób. Jednak pokazuje to, jak kreatywni potrafili być miłośnicy tego sportu.

- **Snowboard zaczynał jako... zabawka.**

Pierwsze deski przypominały raczej połączone narty dla dzieci niż profesjonalny sprzęt sportowy.

- **Sportowiec i człowiek wielu talentów.**

Marius Lindvik, norweski skoczek, gra w golfa, jeździ na snowboardzie i motocyklu, a także pływa motorówką. Jego największym hobby poza sportem jest DJ'owanie.

TITANIC

Noc, która zmieniła historię mórz

Grzegorz Kuligowski-Kundera, kl. 6b



źródło: <https://saturation.io/blog/james-cameron-movies-ranked>

Statek Titanic to chyba najbardziej rozpoznawalny statek na świecie, który zatonął podczas swojego pierwszego rejsu do Nowego Jorku. A przecież miał być niezatopialny... Przyjrzyjmy się, jak było naprawdę.

DLACZEGO POWSTAŁ

Koncepcja budowy Titanica oraz dwóch jego siostrzanych statków – **Britannica i Olympica** – powstała wiosną 1907 roku podczas spotkania towarzyskiego dyrektora kompanii żeglugowej *White Star Line*. Firma chciała prześcignąć statki konkurencyjnej kompanii *Cunard*, nie pod kątem szybkości, lecz **wielkości i luksusu**. W tym artykule skupimy się na Titanicu.

SYSTEM BEZPIECZEŃSTWA

Kadłub Titanica podzielono na **16 oddzielnych sekcji**, wyposażonych w wodoszczelne grodzie. Miały one zabezpieczać statek przed zalaniem, jeśli zostały zamknięte. System pozwalał utrzymać statek na wodzie nawet przy zalaniu czterech przedziałów, co miało dawać poczucie bezpieczeństwa pasażerom. Według konstruktorów, statek mógł przetrwać prawie każdy incydent na wodzie.

Ciekawostka: Konstruktorzy nigdy oficjalnie nie nazwali Titanica „niezatopialnym”. Prawdopodobnie firma tworząca grodzie rozpowszechniła hasło o „praktycznie niezatopialnym” statku, które media skróciły do „niezatopialny”. Jednym z problemów były **szalupy ratunkowe**.

Na pokładzie początkowo przewidziano tylko 16, co było wystarczające dla połowy pasażerów i załogi. Dzięki protestowi jednego z konstruktorów dodano cztery kolejne – łącznie 20. Mogły pomieścić 1100 osób, czyli wciąż za mało, by uratować wszystkich. *Poświęciliśmy dwie godziny na dyskusję o dywanach w kabinach pierwszej klasy i 15 minut na problem szalup ratunkowych.* – wspominał Alexander Carlisle, późniejszy dyrektor stoczni Harland and Wolff.

Na Titanicu początkowo przewidziano tylko **16 szalup ratunkowych**. Dzięki protestowi jednego z konstruktorów dodano cztery kolejne – łącznie było ich 20. Mogły pomieścić 1100 osób, czyli tylko połowę pasażerów i załogi. Zarządzono, że więcej szalup nie jest potrzebne i „zaśmiecąoby” pokład. Dlatego nie wszyscy zostali uratowani.

REJS TITANICA

Titanic wypływał z portu w **Southampton w Anglii** do Cherbourg we Francji, a potem do Queenstown w Irlandii. Stamtąd płynął w stronę **Nowego Jorku**. Wieczorem 14 kwietnia 1912 roku temperatura wody spadła do około 0°C. Ostrzeżenia o górach lodowych docierały do statku, ale reakcja mostka kapitańskiego była minimalna – statek skierowano jedynie nieco bardziej na południe.

Przed katastrofą nie istniały przepisy nakazujące przekazywanie ostrzeżeń odebranych przez radio na mostek – zależało to wyłącznie od dobrej woli operatora. Tego dnia o 13:45 statek **SS America** przesłał wiadomość ostrzegającą przed **połem lodowym**, która z nieznanых przyczyn nigdy nie dotarła na mostek.

ZDERZENIE

Okolo **godziny 23:40** marynarze z „bocianiego gniazda” – puszek na przednim maszcie – **zauważyli górę lodową**. Titanic próbował skręcić, ale było za późno. Statek uderzył w górę lodową prawą burtą. Woda zaczęła wlewać się do sześciu pierwszych przedziałów.

Titanic mógł utrzymać się na wodzie przy zalaniu maksymalnie czterech przedziałów. Szybkość wpływania wody przekraczała możliwości jej usuwania przez pompy, a woda zaczęła przelewać się przez kolejne grodzie.

ZATONIECIE

Po stwierdzeniu szkód przewidziano, że statek zatoni w ciągu około półtorej godziny. Nadawano **sygnały wezwania pomocy CQD** oraz **rzadko używany wtedy SOS**, a następnie przygotowano szalupy ratunkowe.

Pierwsza szalupa (nr 7) została opuszczona zaledwie z 28 osobami na 65 możliwych. Z czasem widać było przechylenie statku. O godzinie 2:16 przedni komin zawalił się z powodu ciśnienia wody. Przechylenie było tak duże, że ludzie zjeżdżali z pokładów prosto do wody. O 2:17 zawalił się drugi komin, a rury doprowadzające parę pękły, co wyłączyło generatory prądu. Statek pogrążył się w ciemności. Nagle Titanic złamał się w pobliżu trzeciego komina. Przednia część natychmiast poszła na dno, a tylna utrzymała się jeszcze chwilę. Całość zniknęła pod wodą około godziny 2:22.

Spośród około **2208 pasażerów i członków załogi** **zginęło około 1496 osób, przeżyło zaledwie 712.**



wrak Titanica, źródło: gosc.pl



Plakat do filmu *Titanic* w reż. J. Camerona, źródło: amazon.pl

KONSEKWENCJE

Katastrofa Titanica zmieniła podejście do bezpieczeństwa na morzu. Wprowadzono nowe przepisy:

- obowiązek zapewnienia **wystarczającej liczby szalup ratunkowych** dla wszystkich osób na statku,
- całodobowy **nadzór nad radiooperatorami**,
- stworzenie **Międzynarodowej Konwencji o Bezpieczeństwie Życia na Morzu (SOLAS)** w 1914 roku.

Żadna osoba nie poniosła formalnej odpowiedzialności karnej, ale w wyniku katastrofy wiele firm i urzędów poprawiło standardy bezpieczeństwa i procedury na statkach pasażerskich.

Titanic stał się symbolem ludzkiej pychy i tragedii. Inspirował filmy, książki i musical. Najsłynniejszym dziełem jest film „Titanic” z 1997 roku w reżyserii Jamesa Camerona, który przybliżył historię katastrofy nowym pokoleniom. Statek pojawia się też w grach, komiksach i dokumentach, pokazując, że jego legenda przetrwała ponad sto lat.

Nowa energia w Siódemce

rozmowa z panią Martyną Mróz



W tym roku szkolnym do grona nauczycieli Szkoły Podstawowej nr 7 w Krakowie dołączyła Martyna Mróz – nauczycielka współorganizująca kształcenie oraz osoba od lat związana z teatrem. O pasji do aktorstwa, pracy z dziećmi i planach teatralnych w naszej szkole rozmawiali redaktorzy „Naszej Siódemki”.

Antonina Kalicka-Kiecoń, kl. 6b
Natalia Kowalczyk, kl. 6b

Redakcja: W ilu teatrach Pani występowała? Który z nich był pierwszym?

Pani Martyna Mróz: Mam tylko jeden swój teatr, który założyliśmy wspólnie. Założyliśmy, bo teraz są tam tylko kobiety. W mojej rodzinnej miejscowości. Najpierw była to grupa teatralna należąca do Domu Kultury w Chełmnie. Kiedy zaczęłyśmy zdobywać nagrody na festiwalach, przekształciłyśmy ją w stowarzyszenie teatralne – Teatr Agrafka. Zaczęło samo na siebie zarabiać. Tworzyłyśmy swoje spektakle na własnych zasadach. To jest mój jedyny teatr, do którego należę i w którym gram. Robiłam też inne projekty, które były typowo moje, ale jeśli chodzi o teatr – tylko ten jeden.

Redakcja: Skąd wzięła się Pani pasja do aktorstwa? W jakim wieku zaczęła się Pani tym interesować?

Pani Martyna Mróz: Kiedy zobaczyłam casting do teatru Agrafka, czyli tego mojego, mama namówiła mnie, żebym poszła. Okazało się, że casting był trochę „na wyrost”, bo jestem z małego miasta i niewiele osób było chętnych. Spodobało mi się to, że to był teatr, który robił komedie, śmieszne, luźne rzeczy. Okazało się, że faktycznie to lubię, że się do tego nadaję i że się w tym odnajduję. Wcześniej lubiałam występować i się wygłupiać, ale dopiero w pierwszej klasie liceum zaczęłam się tym zajmować na poważniej.

Redakcja: Która rola najbardziej zapadła Pani w pamięć?

Pani Martyna Mróz: Bardzo ważny był dla mnie spektakl „Prawy sercowy”. Opowiadał o kobietach na początku swojej drogi życiowej – po studiach, wchodzących w dorosłość, mierzących się z relacjami i partnerami. To był pierwszy spektakl, który zrobiliśmy całkowicie same – scenariusz, scenografię, wszystko od podstaw. Grałam osobę bardzo pokrzywdzoną przez partnera, będącą w toksycznym związku. Ta rola najbardziej mnie emocjonalnie wyczerpała. Próby były trudne, ale ogromnie satysfakcjonujące. Ten spektakl przyniósł nam najwięcej nagród i nowych znajomości festiwalowych.

Redakcja: Dlaczego wybrała Pani pracę w szkole? I dlaczego właśnie w naszej?

Pani Martyna Mróz: Od roku prowadzę dramę dla dzieci – zajęcia teatralne dla klas 1–3. Okazało się, że ogromną radość sprawia mi praca z dziećmi. Prowadzę zajęcia związane z tym, z czym najbardziej się utożsamiam, czyli z teatrem, ale rozumiałam, że dużą przyjemność daje mi sam czas spędzony z dziećmi i młodzieżą. Mam wykształcenie pozwalające pracować w szkole, więc postanowiłam spróbować. A „Siódmkę” wybrałam dlatego, że tutaj szukano nauczyciela.

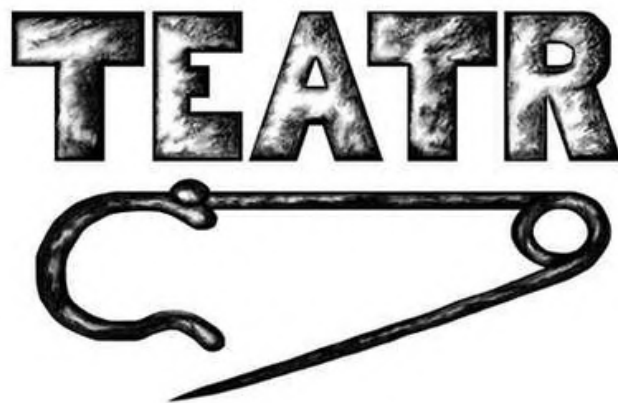
Redakcja: Co najbardziej podoba się Pani w naszej szkole?

Pani Martyna Mróz: Energia. Lubię to, że kiedy tu przychodzę, dostaję dobrą energię od uczniów i od osób, z którymi pracuję.

Redakcja: Jak planuje Pani rozwijać swoje pasje teatralne w naszej szkole? Czy możemy spodziewać się przedstawień?

Pani Martyna Mróz: Chciałabym stworzyć tutaj swoją grupę i tworzyć spektakle. Na razie trwają próby do naszego pierwszego przedsięwzięcia teatralnego i idzie w miarę dobrze. Zobaczymy, czy będą chętni i czy uczniowie będą chcieli się angażować. Chciałabym robić spektakle takie, jakie sama robiłam na początku – bajki, może teatr przedmiotu, teatr lalek. Nie lubię, kiedy młodzi ludzie biorą się za zbyt poważne rzeczy i nie korzystają ze swojej dziecięcej energii. Mają jeszcze czas, żeby bawić się teatrem i sceną – robić rzeczy lekkie, śmieszne, delikatne.

Pani Martyna Mróz wnosi do „Siódmki” nie tylko doświadczenie pedagogiczne, ale także prawdziwą pasję do teatru i pracy z młodymi ludźmi. Energia, autentyczność i wiara w twórczy potencjał uczniów to wartości, które już teraz są widoczne w jej pracy. Czekamy z niecierpliwością na pierwsze szkolne spektakle i rozwój teatralnych inicjatyw w naszej szkole. Być może właśnie w „Naszej Siódmce” powstanie kolejna scena pełna pomysłów, śmiechu i młodzieńczej energii.



Logo Teatru Agrafka, źródło: teatramatorski.art

Stowarzyszenie Teatr Agrafka, o którym wspomina w tym wywiadzie pani Martyna Mróz, **istnieje od 2012 roku**. Narodziło się w **Chełmnie** jako grupa teatralna Chełmińskiego Domu Kultury, a w 2014 roku stało się samodzielnym stowarzyszeniem. Agrafka to pasja i miłość do teatru. To ludzie, którzy tworząc, bawią się i zarażają innych optymizmem.

Teatr porusza tematy **tolerancji, korzeni, przemocy, polityki oraz codziennych dylematów życiowych**. Jak mówią jego twórcynie – „minimalnie w formie, maksymalnie w przekazie”. Podstawą jest dobry scenariusz, do którego dodają pasję i pracę.

W repertuarze znajdują się m.in. spektakle: „Czarno na białym”, „Kaszalot”, „Mamusi, co to za ptaszek?”, „Epopcja” oraz „Prawy sercowy”. Przedstawienia były **wielokrotnie nagradzane na ogólnopolskich festiwalach teatralnych**, w tym zdobyły m.in. Grand Prix Brodnickiej Uczty Teatralnej oraz podwójne Grand Prix KATAR w Toruniu. Zespół stale rozwija swój warsztat, uczestnicząc w warsztatach i międzynarodowych wymianach teatralnych.



Zima pełna dobra w Siódemce



Zima 2026 roku w naszej szkole upłynęła pod znakiem wyjątkowej aktywności i serca – wszystko za sprawą Klubu Wolontariatu „Siedmiokąt Pomocy” pod opieką pani Bożeny Strzałkowskiej-Limanówki. Uczniowie, rodzice i nauczyciele po raz kolejny pokazali, że wspólne działania mogą zmieniać świat na lepsze – i to dosłownie na naszych oczach!

GALA WOLONTARIATU wyróżnienie dla naszej szkoły

5 grudnia 2025 r. odbyła się VI Gala Wolontariatu, podczas której naszą szkołę reprezentowali członkowie Klubu „Siedmiokąt Pomocy” wraz z **dyrektorem Grzegorzem Mroczkiem** i **opiekunką wolontariatu**. Szkoła otrzymała podziękowanie za wsparcie i pomoc w organizacji **Królewskiej Triady Biegowej 2025**. To już drugie takie wyróżnienie dla naszej społeczności szkolnej.

VI Gala Wolontariatu była czymś znacznie więcej niż uroczystym wręczeniem **podziękowań**. Stała się prawdziwym świętem młodych ludzi, którzy każdego dnia udowadniają, że **bezinteresowna pomoc** ma realną moc. Podczas gali wybrzmiało jedno ważne przesłanie – za każdą akcją, zbiórką czy wydarzeniem stoją konkretni ludzie: uczniowie, nauczyciele, opiekunowie i instytucje, które tworzą przestrzeń do działania.

Wydarzenie było również momentem refleksji nad tym, jak wiele dobra rodzi się z małych gestów. Gala przypominała, że wolontariat to **nie tylko pomoc materialna**, ale także budowanie relacji, wzmacnianie więzi międzyludzkich,

tworzenie atmosfery **solidarności**. Dzięki takim inicjatywom wolontariusze mogą poczuć, że ich praca ma sens, że jest zauważana i doceniana, a ich postawa inspiruje kolejne pokolenia młodych krakowian. To był dzień wdzięczności i uznania – hołd dla wszystkich, którzy zdecydowali się poświęcić swój **czas, energię i serce dla innych**.



Wyróżnienie przyznane dla SP7 podczas VI Gali Wolontariatu

WOŚP 2026 rekordowa zbiórka w Siódemce

W styczniu nasza szkoła włączyła się w **34. Finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy**, który w tym roku odbywał się pod hasłem „**Zdrowe brzuszki naszych dzieci**”. Celem zbiórki było wsparcie diagnostyki i leczenia chorób przewodu pokarmowego u najmłodszych pacjentów.

Na terenie szkoły zorganizowano mnóstwo atrakcji i form wsparcia:

- sprzedaż kartek świątecznych, gadżetów, zabawek i biżuterii,
- kiermasz ciast przygotowany przez uczniów, rodziców i nauczycieli,
- unikatowe torby džinsowe uszyte przez panią Beatę Stech,
- szkolną dyskotekę WOŚP dla klas 4–8,
- zbiórkę do puszek stacjonarnych i e-Skarbonek WOŚP.

Wolontariuszki i wolontariusze codziennie odwiedzali klasy, zachęcali do wsparcia akcji i z ogromnym zaangażowaniem prowadzili sprzedaż. Dzięki ich działaniom i waszym otwartym sercom udało się zebrać **łącznie 6260,75 zł**, bijąc tym samym szkolny rekord! To wspaniały dowód, że razem możemy naprawdę wiele.

PODZIĘKOWANIA

Wszystkim uczniom, rodzicom, nauczycielom i darczyńcom serdecznie dziękujemy za ogromne serce, czas i zaangażowanie. Wolontariuszki i wolontariusze Klubu „Siedmiokąt Pomocy” pokazali, że wspólne działania przynoszą realne efekty i wiele radości tym, którzy tego najbardziej potrzebują.

DOŁĄCZ DO NAS!

Zima 2026 pokazała, że pomaganie może być radosne, kreatywne i inspirujące. Jeśli chcesz zrobić coś dobrego, poznać nowych ludzi i poczuć, że Twój wkład naprawdę ma znaczenie – dołącz do Klubu Wolontariatu „**Siedmiokąt Pomocy**”. Razem możemy zmieniać świat – i to już od szkolnego korytarza!



Nasze działania podczas Gali Wolontariatu i zbiórki w ramach WOŚP

Hjetowi mówimy STOP!

Natalia Kowalczyk
kl. 6b

Słowa mają moc. Mogą budować, ale mogą też ranić. Zanim coś napiszesz w Internecie albo powiesz o kimś innym – zastanów się, czy chciał(a)byś przeczytać lub usłyszeć takie słowa o sobie. Każdy z nas chce czuć się akceptowany i bezpieczny. W naszej szkole stawiamy na szacunek, empatię i wzajemne wsparcie!

Czym jest hejt?

Hejt to (od angielskiego słowa *hate* – nienawiść) **agresywne, wrogie i krzywdzące zachowania wobec innych osób**. Najczęściej kojarzy się z internetem – nienawistnymi komentarzami, hejterskimi memami, filmami czy cyberbullyingiem (nękaniem w mediach społecznościowych).

Warto jednak pamiętać, że hejt **nie dotyczy tylko sieci**. Może pojawiać się również **w realnym życiu** – w szkole, na podwórku, w drodze do domu. To wyśmiewanie, obgadywanie, poniżanie, izolowanie z grupy czy celowe sprawianie komuś przykrości.

Hejt **nie jest konstruktywną krytyką**. To forma przemocy psychicznej, która może dotknąć każdego – bez względu na wiek, wygląd, zainteresowania czy sposób bycia. Często osoby hejtowane nie zrobiły nic złego. Wystarczy, że są „inne”, wyróżniają się albo po prostu komuś się nie podobają.

Rodzaje hejtu

Hejt może przybierać różne formy:

- **hejt słowny** – obraźliwe komentarze, wyzwiska, wyśmiewanie, poniżanie (w sieci i na żywo),
- **hejt wizualny** – przerabianie zdjęć, tworzenie ośmieszających memów lub filmów, przesyłanie ich między grupami znajomych i/lub udostępnianie w sieci,
- **cyberbullying** – długotrwałe nękanie jednej osoby poprzez wiadomości, komentarze czy rozsyłanie plotek,

- **wykluczanie z grupy** – ignorowanie kogoś, obgadywanie za plecami, robienie wszystkiego, by ktoś poczuł się niechciany.

Hejt może dotyczyć wyglądu, poglądów, pochodzenia, zainteresowań, ocen, ubrań, a nawet tego, z kim ktoś się przyjaźni.

To się naprawdę zdarza...

Hejt w szkole nie zawsze wygląda tak samo. Czasem zaczyna się „niewinnie” – **od głupiego żartu**, który wcale nie jest śmieszny dla osoby, której dotyczy.

Na przykład:

- ktoś śmieje się z czyjegoś ubrania, fryzury albo butów,
- klasa zakłada grupę bez jednej osoby i wysyła tam memy na jej temat,
- ktoś jest ciągle obgadywany, bo ma inne zainteresowania albo dobre oceny,
- ktoś słyszy: „Weź się nie odzywaj”, „I tak jesteś beznadziejny”, „Nikt cię tu nie chce”.

Czasem problemem jest też tzw. **„popularność”**. Jedna osoba zaczyna kogoś wyśmiewać, a reszta dołącza, bo nie chce wypaść z grupy. Nagle jedna osoba zostaje sama przeciwko kilku innym.

Ale prawda jest taka: **to, że ktoś jest głośniejszy albo bardziej popularny, nie znaczy, że ma rację**. I bardzo często po czasie wychodzi na jaw, kto naprawdę zachowuje się w porządku, a kto tylko udaje. Ważne jest jedno – **nikt nie powinien być poniżany**.

Odkrywaj świat!

nauka przez eksperymenty

Nie trzeba od razu być chemikiem czy fizykiem – nauka przez eksperymenty może być zabawna i kreatywna, a przy tym można odkryć mnóstwo ciekawych rzeczy samemu – w domu, w szkole i... nawet w Krakowie!



Najprostsze eksperymenty możecie zacząć w domu. Nie potrzebujecie żadnego laboratorium – wystarczy trochę ciekawości, podstawowe rzeczy z kuchni i odrobina odwagi. Na przykład:

- **Wulkan z sody i octu** – nalewasz trochę octu do szklanki, wsypujesz sodę i obserwujesz erupcję! Możesz nawet zrobić kilka wulkanów obok siebie i porównywać, który wybuchnie szybciej.
- **Kolorowe płyny** – różne napoje mają różną gęstość. Wlewając je powoli jeden na drugi, powstają kolorowe warstwy, które nie mieszają się od razu. Można zrobić nawet „tęczowe jezioro”!
- **Balon, który sam się napompowuje** – trochę sody, octu i balon na szyjce butelki. Widzisz, jak nauka zamienia się w zabawę i... w małe чудо!

Czasami robię też **eksperymenty z powietrzem** – np. sprawdzam, jak różne przedmioty unoszą się na wodzie albo jak zmienia się temperatura w różnych częściach pokoju. To niesamowite, jak wiele rzeczy można odkryć, patrząc dokładnie i zadając pytania: „A co by było, gdybym zrobił inaczej?”

Na rynku jest też mnóstwo **zestawów DIY**, które pozwalają tworzyć, np. mydło, świece, slime, mini roboty czy proste elektroniki. To świetny sposób, żeby samodzielnie odkrywać prawa nauki i kreatywnie spędzać czas.

Czasem moje eksperymenty są naprawdę nietypowe. Ostatnio zrobiłem mini „most” z makaronu spaghetti i plasteliny – sprawdzałem, ile monet może utrzymać, zanim się złamie. Wyszło całkiem dobrze! Koleżanka z klasy robiła **eksperymenty z lodem i solą** – sprawdzała, jak sól zmienia temperaturę topnienia wody.

Można też połączyć **naukę z gotowaniem** – sprawdzając, jak różne składniki reagują w cieście albo jak kolorowy napój zmienia się w zamrażarce. Eksperymentując, odkrywamy, że nauka to nie tylko książki i zeszyty, ale też obserwacja, próbowanie i zadawanie pytań.

Nie trzeba czekać na specjalny zestaw, żeby eksperymentować w szkole. Można spróbować namówić nauczyciela, aby zrobił krótkie **doświadczenie na lekcji** – np.:

- sprawdzić, jak mieszanie różnych barwników w wodzie daje nowe kolory,
- zobaczyć, jak różne materiały unoszą się na wodzie lub toną,
- zrobić mini-wulkan w sali lub mydło DIY

Taki eksperyment nie zajmuje dużo czasu, a jest świetnym sposobem, żeby **zobaczyć teorię w praktyce** i zainspirować kolegów do własnych pomysłów. Czasami wystarczy jeden ciekawy eksperyment, żeby cała klasa zaczęła zadawać pytania i myśleć kreatywnie.



Pani Anna Turova i eksperymentowanie w SP7 z klasą 8

Kraków - miejsce nauki

Kraków jest super, jeśli chcecie uczyć się przez doświadczenie poza domem i szkołą. Są tu miejsca, gdzie nauka staje się przygodą:

- **Cogiteon** – można dotknąć i sprawdzić wiele rzeczy samodzielnie, od budowy ludzkiego ciała, przez architekturę i zjawiska fizyczne, po start w rakiecie kosmicznej.
- **Muzeum Inżynierii Miejskiej** – eksponaty pokazują, jak działa woda, prąd, a nawet stara komunikacja miejska. Można samemu sprawdzić, jak działa tramwajowy model lub zrobić mini eksperymenty z elektrycznością.
- **Ogród Doświadczeń im. Stanisława Lema** – miejsce na świeżym powietrzu. Są tu różne interaktywne urządzenia – np. wiry wodne, huśtawki fizyczne czy duże koła zamachowe.
- **WOMAI** – część poświęcona światłu i optyce. Można eksperymentować z lustrami, kolorami i cieniami.
- **Muzeum Iluzji** – świetne miejsce na eksperymenty z percepcją, optyką i złudzeniami, gdzie każdy może sprawdzić, jak łatwo mózg może nas oszukać.

Dlaczego to działa?

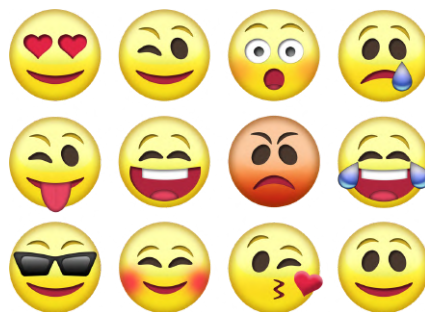
Eksperymentowanie pomaga zrozumieć świat na własne oczy. Kiedy coś robimy samodzielnie, możemy obserwować przyczynę i skutek, testować różne rozwiązania i uczyć się na błędach. To też świetny sposób, żeby połączyć **naukę z zabawą** – zamiast nudnych notatek i książek, mamy własne mini odkrycia, które zapamiętujemy na długo.

Eksperymenty uczą też **cierpliwości i kreatywności**. Czasami trzeba próbować kilka razy, zanim coś zadziała – i to jest całkowicie normalne! Naukowcy też testują różne metody, zanim osiągną sukces.

Jeśli jeszcze nie eksperymentowaliście, zacznijcie od małych rzeczy w domu – w kuchni, pokoju albo w szkole. Potem możecie wybrać się do muzeum, centrum nauki albo nawet zrobić mini-eksperymenty na świeżym powietrzu w parku czy ogrodzie.

Następnym razem, kiedy będziecie się nudzić w domu albo w szkole, spróbujcie zrobić coś samodzielnie – może odkryjecie coś, czego jeszcze nikt nie zauważył. A kto wie, może kiedyś Wasz eksperyment zainspiruje innych!

Czy to tylko językowa moda?



Kiedy słowo trafia na podium...

Od 2016 roku organizowany jest **plebiscyt na Młodzieżowe Słowo Roku**. Każdy może zgłosić swoje propozycje, a później kapituła językoznawców wybiera finałową dwudziestkę. Z tej listy internauci głosują na zwycięzcę.

To nie jest konkurs na „najładniejsze” słowo, ale na takie, które **najlepiej oddaje klimat danego roku** – nasze emocje, poczucie humoru, sposób patrzenia na świat.

W poprzednich latach wygrywały między innymi:

- „**essa**” – wyrażenie luzu i radości,
- „**śpiulkołot**” – żartobliwe określenie miejsca do spania,
- „**rel**” – czyli „prawda”, „mam tak samo”,
- „**sigma**” – ktoś niezależny, pewny siebie.

W **2025** roku Młodzieżowym Słowem Roku zostało „**szponcić**”. Ma ono całkiem szerokie znaczenie i potrafi być używane na dwa różne sposoby – albo w lekkim żarciku, kiedy ktoś mówi o robieniu czegoś nie do końca zgodnego z prawem, kombinowaniu, cwaniakowaniu albo wygłupianiu się, albo zupełnie pozytywnie – kiedy opisuje się coś kreatywnego, szalonego albo po prostu ekstra zrobionego.

Drugie miejsce w głosowaniu zajęł idiom „**6 7**”, który w zależności od kontekstu może oznaczać radość, ekscytację albo zabawny komentarz nie mający konkretnego znaczenia. Wyróżniono też kreatywne połączenie „**OKPA**”, oznaczające szybkie zakończenia rozmowy. Na podium często trafiają słowa, które dla dorosłych brzmią dziwnie albo niezrozumiale, ale dla młodych są totalnie *rel*. Plebiscyt pokazuje, jak żywy i kreatywny jest język młodego pokolenia.

Język młodzieżowy jest trochę jak trend – zmienia się razem z nami. Ale za tymi słowami kryje się coś więcej niż moda. One pokazują, czym żyjemy, co nas bawi, co oglądamy i jak się komunikujemy. Czasem jedno krótkie „*rel*” mówi więcej niż całe zdanie. Czasem „*bruh*” wystarczy, żeby dosadnie podsumować sytuację.

Język żyje. A my razem z nim.

I szczerze? To jest całkiem slay.



źródło: esolla, Getty Images Signature, Canva

SŁOWNICZEK JĘZYKA MŁODZIEŻOWEGO

Siema! Jeżeli czasem czujesz, że hejty, memy i komentarze w sieci brzmią dla Ciebie jak obcy kod – ten słowniczek jest tutaj, żeby Cię uratować. Język młodzieży zmienia się jak TikTokowy trend – jeden dzień jest modne coś, a już następnego nikt nie wie o co chodzi. Dzięki temu przewodnikowi nie zgubisz się w rozmowie z kolegami ani kiedy czytasz komentarze w socialach. Nie jest to „sztywny” słownik jak z książki – to raczej mapa, która pomoże Ci rozgryźć, co młodzi gadają naprawdę, a co to tylko vibe.

- 1 **67** – słowo pochodzące z mema, używane żartobliwie, bez konkretnego znaczenia.
- 2 **AURA** – klimat, „vibe”, który dana osoba wokół siebie roztacza.
- 3 **BAMBIK** – osoba niedoświadczona, nowa w jakiejś dziedzinie.
- 4 **BRAINROT** – określenie na absurdalne, często generowane przez AI treści, które „przegrzewają mózg”.
- 5 **BRUH** – wyraz niedowierzania, rozczarowania albo zażenowania.
- 6 **COOKED** – bycie w sytuacji bez wyjścia, ang. „jestem ugotowany”.
- 7 **CRINGE** – coś żenującego, wstydliwego.
- 8 **DELULU** – żartobliwie o osobie oderwanej od rzeczywistości (od delusional).
- 9 **ESSA** – luz, radość, „jest dobrze”.
- 10 **EZ** – łatwo (od ang. easy).
- 11 **FLEXOWAĆ** – chwalić się czymś.
- 12 **FR** – „na serio”, „naprawdę” (od ang. for real).
- 13 **OKPA** – szybkie zakończenie rozmowy („ok, pa”).
- 14 **POV** – punkt widzenia (od ang. point of view).
- 15 **POOKIE / BESTIE** – najlepsza przyjaciółka / najlepszy przyjaciel.
- 16 **REL** – „prawda”, „dosłownie”, „mam tak samo” (od ang. real).
- 17 **RIZZ** – charyzma, umiejętność podrywu, urok osobisty.
- 18 **SIGMA** – osoba pewna siebie, niezależna, odnosząca sukcesy.
- 19 **SIDE EYE** – spojrzenie pełne pogardy albo zażenowania.
- 20 **SKIBIDI** – słowo z memów; coś dziwnego, absurdalnego lub śmiesznego.
- 21 **SLAY** – coś świetnego; wyrażenie podziwu.
- 22 **SWAG** – styl, pewność siebie, luz.
- 23 **SZPONCIĆ** – kombinować, improwizować, działać „na granicy”.
- 24 **TUFF** – mega, imponujące, naprawdę dobre.
- 25 **VIRALOWY** – bardzo popularny w internecie.
- 26 **XD** – emotikon oznaczający śmiech.



Kącik krytyka

recenzja książki

Świat zaginiony Wyprawa do PRL

Jacek Piekara

Maria Milfort-Mieroszevska
kl. 7b

Za moich czasów..., dzisiejsza młodzież..., ja w twoim wieku..., do szkoły chodziłem pięć kilometrów – kto z nas nie słyszał takich zdań od rodziców lub dziadków? Rzadko jednak zatrzymujemy się, by naprawdę zapytać o to, jak wyglądało ich życie i czym były owe tamte czasy. Czy rzeczywiście było tak ciężko, jak się mówi? A jeśli tak, to skąd w tych wspomnieniach tyle nostalgii i ciepła?

Odpowiedzi na te pytania próbuje udzielić Jacek Piekara w książce *Świat zaginiony. Wyprawa do wnętrza PRL*, tom 1. Autor zabiera nas w podróż do czasów Polski Rzeczypospolitej Ludowej (PRL), przedstawiając realia życia codziennego na tle wydarzeń politycznych i gospodarczych. Opisuje nie tylko system i jego ograniczenia, ale także obyczaje, modę, kulturę, sposoby spędzania wolnego czasu, wakacyjne wyjazdy czy to, co trafiało na stoły Polaków.

Szczególne miejsce zajmuje okres stanu wojennego – najtrudniejszy moment w historii PRL. Jacek Piekara, który pamięta te wydarzenia z własnego doświadczenia, przedstawia je w sposób możliwie obiektywny, z perspektywy zwykłych ludzi, a nie wyłącznie przez pryzmat wielkiej polityki. *Wyprawa do wnętrza PRL*.

Świat Zaginiony... to niezwykle interesująca i wciągająca lektura, a autor przytacza mnóstwo szczegółów oddających realia codziennego życia w czasach PRL. Czytelnik poznaje problemy, z jakimi musieli mierzyć się zwykli ludzie – braki towarów, kolejki, biedę, ograniczenia wolności, cenzurę, wszechobecną kontrolę. Jacek Piekara



okładka książki J. Piekary, *Świat zaginiony. Wyprawa do wnętrza PRL*, t. 1

nie idealizuje tamtej epoki, wyraźnie podkreślając, że były to czasy ogromnego ubóstwa i zniewolenia, które zrujnowały życie milionom Polaków, pozostawiając trwałe ślady w historii i pamięci Polaków. Książka została napisana prostym, przystępnym językiem, dzięki czemu może zainteresować czytelników w każdym wieku. Dodatkowym atutem są liczne zdjęcia, które pozwalają lepiej poznać rzeczywistość tamtych lat i sprawiają, że opisywana epoka staje się bardziej przystępna.

Książka ta pomoże czytelnikowi zrozumieć starsze pokolenia i spojrzeć na tamte czasy z większą empatią i przede wszystkim świadomością. Jeżeli chcecie dowiedzieć się, czym była ścieżka zdrowia, amerykanka, meduza i lorneta, pomarańczowa rewolucja i wiele, wiele innych haseł związanych z czasami komuny, to czym prędzej sięgnijcie po książkę *Świat Zaginiony. Wyprawa do wnętrza PRL*.

REBUS

Grzegorz Kuligowski-Kundera, kl. 6 b



SZ = Ś aliki



os = ie



wycią



Winter Word Search



Find the hidden winter words.

S	N	O	W	M	A	N	N	B	R	D	S
N	X	E	M	N	C	L	O	L	K	A	N
O	M	W	I	G	R	V	F	A	T	R	O
W	J	Y	T	F	A	P	O	N	U	P	W
B	A	E	T	I	N	S	T	K	R	A	F
A	N	A	E	N	I	N	H	E	K	R	L
L	U	R	N	K	H	O	C	T	E	T	A
L	A	E	S	G	A	W	D	A	Y	Y	K
R	R	R	F	I	R	E	P	L	A	C	E
K	Y	R	A	E	I	O	O	E	H	I	S
S	F	I	C	I	C	L	E	S	A	A	N
E	A	R	M	U	F	F	S	E	N	E	T

MITTENS

HAT

SKIS

SNOW

BLANKET

ICICLES

SNOWBALL

JANUARY

SNOWMAN

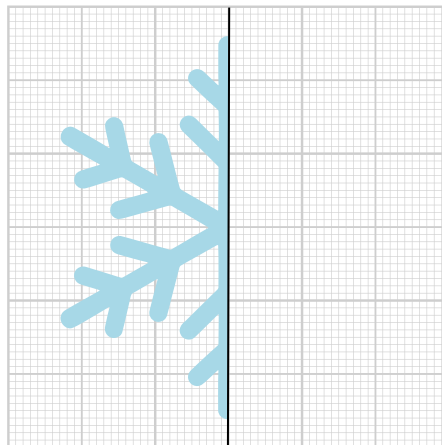
EARMUFFS

SNOWFLAKE

FIREPLACE

SYMETRYCZNA ŚNIEŻYNKA

Dokończ rysowanie płatka śniegu tak,
aby obie strony do siebie pasowały.

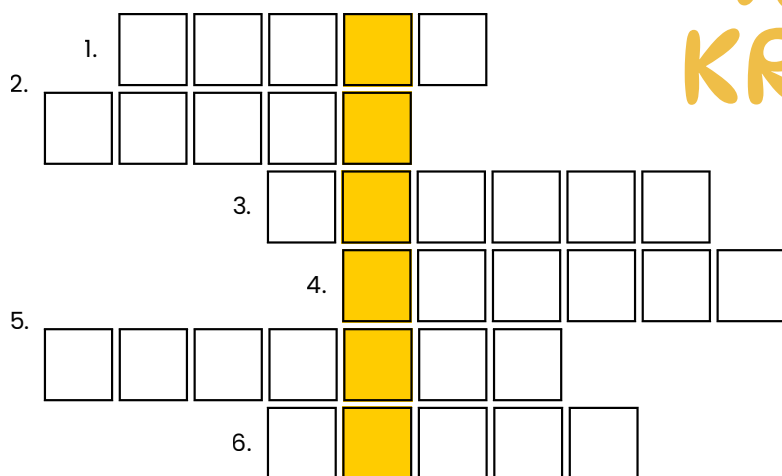


poemat

Użyj poniższych liter, aby napisać
wiersz o kończącej się zimie



WIOSENNA KRZYŻÓWKA



Przeczytaj wskazówki i wpisz hasła do krzyżówki. Odczytaj hasło z zaznaczonych pól

1. Rośnie przy ziemi, tworzy zielony dywan na łące i boisku.
2. Zwierzęta z piórami, które wracają wiosną z ciepłych krajów.
3. Kolorowe owady z dużymi skrzydłami, latają nad kwiatami.
4. Świeci na niebie i daje ciepło w wiosenne dni.
5. Fioletowy, wiosenny kwiat rosnący na łące.
6. Miękkie „kotki” pojawiające się wiosną na gałązkach wierzby.



DZIEŃ KOŁOROWEJ SKARPETKI

**Połącz i pomaluj jednakowe skarpetki.
Otocz pętlą skarpetki, które nie mają swojej pary.**



Dzień Kobiet

Dopasuj opisy znanych kobiet do ich osiągnięć

1 Marie Curie 2 Frida Kahlo 3 Anne Frank

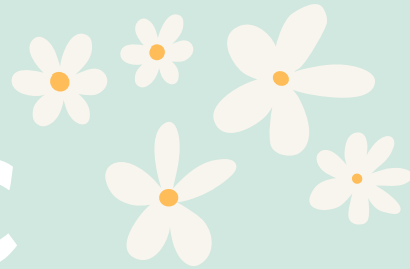
4 Helen Keller 5 Amelia Earhart 6 Jane Goodall

- ☐ Pierwsza kobieta, która samotnie przeleciała nad Oceanem Atlantyckim. Zainspirowała wiele kobiet do rozpoczęcia kariery w lotnictwie.
- ☐ Odkryła rad i polon oraz zbadała zjawisko promieniotwórczości. Została pierwszą kobietą, która otrzymała Nagrodę Nobla.
- ☐ Poświęciła ponad 60 lat badaniom szympanсів na wolności. Pomagała ludziom zrozumieć i chronić dziką przyrodę.
- ☐ Słynna meksykańska artystka znana z poruszających autoportretów. Jej obrazy poruszały tematy tożsamości, odporności i feminizmu.
- ☐ Pisała pamiętnik, ukrywając się przed nazistami podczas II wojny światowej - stał się on jedną z najsłynniejszych książek w historii.
- ☐ Autorka i aktywistka, która była niewidoma i głucha. Stała się symbolem edukacji osób niepełnosprawnych.



2026

Marzec



PON	WT	ŚR	CZW	PT	SOB	ND
						1 Dzień Piegów
2	3 Światowy Dzień Dzkiej Przyrody	4 Dzień Gramatyki 	5	6 Europejski Dzień Logopedy	7	8 Międzynarodowy Dzień Kobiet
9 Dzień Barbie	10	11	12 	13	14 Dzień Liczby Pi	15 Dzień Piekarza
16 Dzień Pandy	17 Dzień Świętego Patryka	18 Światowy Dzień Recyklingu	19	20 Pierwszy Dzień Astronomicznej Wiosny	21 Dzień Kolorowej Skarpetki 	22 Międzynarodowy Dzień Foki
23	24	25 Dzień Gofra	26	27 Międzynarodowy Dzień Teatru	28	29 Godzina dla Ziemi
30 Światowy Dzień Ołówka	31					

